

## Mengapa Kegagalan Menyakitkan?

Harmaini  
Hidayat

*Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*

### Abstrak

Meraih prestasi yang diinginkan dengan usaha yang telah dilakukan adalah suatu keharusan,. Namun apabila tidak dapat meraih yang diinginkan tersebut tentu akan mendatangkan efek menyakitkan bagi setiap orang. Dari data yang didapat diketahui bahwa, timbulnya efek menyakitkan tersebut dikarenakan efikasi diri sebesar 19,5%, harapan sebesar 32,2%, usaha sebesar 10,5% dan atribusi sebesar 25,5%. Melihat data tersebut dapat disimpulkan bahwa kegagalan dapat menyakitkan dan sebab timbulnya keadaan tersebut tidak hanya berdasar pada berapa besar keinginan tersebut tapi juga berhubungan dengan faktor dalam diri dan luar diri. Kategori dalam diri adalah efikasi diri (personal, kontrol diri, motivasi, efikasi diri dan ketidakmampuan diri yang bisa dikategorikan factor internal. Faktor luar diri adalah harapan (seperti cita-cita), usaha, atribusi (seperti ketidakadilan, orang tua, kegagalan pertama).

**Kata kunci:** kegagalan, menyakitkan, psikologi indigenous

### Abstract

Achieve the desired achievement by doing the effort that has been done is a must. However, if it cannot be reached, it will bring painful effects for everyone. From the data obtained, it can be discovered that the painful effects are caused by 19.5% of self-efficacy, 32.2% of expectation, 10.5% of effort, and 25.5% for attribution. From the data above, it can be concluded that the failures can be painful. The causes of the emergence of the failures that can be painful not only based on how much the desire is but also associated with the inner and outer self factors. Inner self category is self-efficacy (personal, self-control, motivation, self efficacy and the inability of self) that can be categorized as internal factors. External factors are the expectations (like hope), effort, attribution (such as injustice, the elderly, the first failure).

**Keywords :** failure, painful, indigenous psychology

### Pendahuluan

Setiap individu yang pernah berharap setelah melakukan sesuatu dan ternyata gagal, tentu akan muncul rasa yang tidak menyenangkan yaitu rasa menyakitkan. Rasa ini adalah alamiah ada pada manusia, yang membedakan antara harapan dengan kenyataan adalah berapa besar harapan dengan tingkat penerimaan hasil. Disini ada individu yang merasakan kegagalan itu sangat menyakitkan ada yang sedang namun ada juga yang dapat menerima kegagalan tersebut.

Kegagalan adalah ketidakmampuan menghadapi sesuatu yang diluar batas kemampuan kita, sedangkan keberhasilan adalah kemampuan tanpa batas yang muncul secara alami dari dalam diri kita untuk menghadapi sesuatu yang diluar batas

kemampuan kita "Setiap orang pasti pernah mengalami "Kegagalan". Kegagalan yang berasal dari kata dasar "Gagal" merupakan suatu kondisi dimana kita tidak mampu mencapai suatu tujuan ataupun meraih suatu keinginan. Banyak orang didunia ini yang sering mengalami kegagalan.

Menarik untuk disimak, kegagalan bisa diartikan berbeda oleh banyak orang. Satu pandangan mengatakan kegagalan adalah ketidakmampuan mencapai apa yang diinginkan. Sementara ada juga yang menganggap kegagalan terjadi akibat terlalu memaksakan diri melakukan sesuatu yang melebihi kemampuan yang ada atau istilahnya "nafsu besar tenaga kurang". Kalau kita bercermin pada perusahaan-perusahaan dan tokoh-tokoh besar dunia, mempelajari kegagalan hanya berguna dalam konteks pencapaian sukses. Dalam hal ini, kegagalan

memberikan pengetahuan tentang apa yang kita luput lakukan di masa lalu dan bagaimana kita sebaiknya melakukannya di masa depan agar sukses tercapai.

Dalam kamus bahasa Indonesia (kamus Besar Bahasa Indonesia, 2009), kegagalan membawa maksud tidak berhasil atau tidak berjaya mencapai matlamat atau cita-cita yang dikehendaki. Menurut pandangan ahli falsafah (Rahmat, 2010), kegagalan hanyalah kekalahan atau ketewasan sementara. Kita boleh mendapat pengajaran serta membina akhlak melalui kekalahan. Kita mesti menerima kegagalan tanpa perasaan malu atau aib. Ia hanya merupakan kegagalan sementara dalam kehidupan. Tidak ada salahnya jika mengalami kekalahan sementara. Kegagalan yang sebenar ialah apabila seseorang itu gagal bangkit daripada kekalahan itu.

Perbedaan antara kekalahan sementara dengan kegagalan bergantung kepada penafsiran mental kita. Kekalahan sementara tidak akan menjadi kegagalan sebenar kecuali kita membenarkan keadaan itu berlaku. Kita mempunyai kuasa atau hak untuk membuat pilihan. Pilihlah sesuatu yang mendatangkan kebaikan dan kemajuan kepada anda.

William A. Ward (dalam Ahira, 2012) menyatakan bahwa Fakta selalu berbicara apa adanya, begitu juga, kenyataannya orang yang gagal selalu melakukan enam kebiasaan yang membuang-buang waktu dan akhirnya tanpa disadari terjadi berulang terus-menerus sepanjang hidupnya. *Fakta pertama*, adalah masalah kemalasan. Malas adalah penyakit yang mudah menular, bahkan pada tingkatan yang kronis, penyakit malas bahkan dapat membahayakan jiwa orang tersebut dan orang-orang disekitarnya. Salah satu contoh bentuk kemalasan adalah waktu yang dipakai untuk tujuan yang tidak berguna dan bermanfaat bagi orang tersebut, bahkan bukan juga untuk beristirahat.

*Fakta kedua*, adalah masalah penundaan. Penundaan bagi segala sesuatu, sesungguhnya untuk masalah yang sepele, juga akan berakibat fatal bagi orang yang selalu menunda-nunda dan mengesampingkan hal-hal yang seharusnya bisa dikerjakan sekarang.

*Fakta yang ketiga*, adalah menyangkut masalah gangguan-gangguan yang selalu mengakibatkan waktu penting terbang percuma untuk hal yang kecil dari

masalah sepele, sehingga memperbesar pokok permasalahan yang utama.

*Fakta keempat*, ketidaksabaran juga membuat manusia menjadi kurang teliti, kurang persiapan, ceroboh, atau keegoisan hati yang biasanya juga mengakibatkan kesalahan dalam penggunaan waktu.

*Fakta kelima*, kepuasan sesaat, yang ternyata dapat mengakibatkan orang-orang menjadi sombong, terlena akan keberhasilannya sehingga kemalasan mulai muncul dan akhirnya membuat orang tersebut kembali jatuh dan harus memulai dari awal lagi.

Fakta yang terakhir, dan juga yang paling menentukan keberhasilan dari seseorang kelak adalah tidak adanya sebuah perencanaan baik jangka pendek maupun jangka panjang dalam hidupnya. Rencana adalah sebuah pondasi dalam membangun struktur kesuksesan, apabila rencana tersebut tidak disusun dengan baik dan dilaksanakan, maka kesuksesan dengan sendirinya juga tidak tercapai dengan maksimal.

Selanjutnya William A. Ward mengatakan bahwa; Seseorang yang sukses adalah orang yang memutuskan untuk sukses dan kemudian mengerjakannya. Seseorang yang gagal adalah orang yang memutuskan untuk sukses dan kemudian mengharapkannya.

Sebetulnya tidak ada yang aneh dalam hal ini. Orang-orang ini memiliki kemampuan mengelola potensi yang ada dalam dirinya dan mengambil alih kendali hidup yang diarahkan untuk pencapaian sebuah tujuan. Dalam kata lain, mereka menguasai personal power. Dalam bidang akademik, tidak jauh berbeda dengan meraih sukses dalam usaha non akademik. Karena apapun bentuk usaha yang akan dilakukan individu akhir dari usaha tersebut adalah apakah usaha tersebut gagal atau sukses.

Kenyataan yang ada adalah banyak individu yang tidak mempersiapkan diri atau tidak siap apabila mendapatkan kegagalan dalam meraih prestasi. Yang dirasakan pada saat kegagalan adalah sesuatu yang menyakitkan. Keadaan ini individu akan mencoba mencari sebab kegagalan tersebut. Dalam penelitian ini ada dua faktor yang ditemukan yaitu faktor dalam diri yaitu efikasi diri, personal, control diri, motivasi dan ketidakmampuan diri. Faktor yang kedua adalah faktor dari luar

yaitu harapan, usaha, dan atribusi

## Metode Penelitian

### Subjek

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, berjumlah 220 mahasiswa, yang terdiri dari 165 perempuan dan 65 laki-laki.

### Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner dengan pertanyaan terbuka yang telah dikembangkan oleh Kim (2008) dan kemudian disusun kembali oleh *Center for Indigenous & Cultural Psychology* (CICP) Fakultas Psikologi UGM. Pertanyaan terbuka adalah pertanyaan yang variasi jawabannya dan belum ditentukan terlebih dahulu, sehingga responden mempunyai kebebasan untuk menjawab dari pertanyaan yang diajukan. Adapun pertanyaan terbuka yang diajukan adalah "Mengapa anda bangga akan prestasi yang anda nilai paling penting tersebut?"

### Analisis Data

Analisis data menggunakan pendekatan psikologi indigenous. Prose dimulai dari kategorisasi jawaban partisipan ke dalam kategori-kategori kecil yang berbeda. Kategorisasi dilakukan oleh tim validasi yang terdiri dari para dosen yang berjumlah 17 orang dosen dengan kualifikasi pendidikan S 2 dan dibantu oleh mahasiswa. Hasil dari penelitian dilakukan interpretasi oleh para dosen di *Center for Indigenous and Cultural Psychology* UIN Suska Riau. Selama proses kategorisasi jawaban partisipan dipisahkan sesuai dengan kategori kecil kemudian jawaban dan kategori kecil divalidasi oleh tim validasi selanjutnya kategori kecil dimasukkan dalam (teori atribusi). Langkah-langkah dalam kategorisasi adalah :

- Mengumpulkan data untuk dianalisis,
- Mengidentifikasi tema sesuai dengan kategori yang relevan dengan penelitian ini,
- Menganalisis kategori sesuai dengan topik penelitian.

Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan tabulasi silang, yaitu dengan memasukkan data-data kuantitatif yang sudah diolah sebelumnya dan data kualitatif yang sudah dikuantitatifkan dalam

SPSS (*Statistic Package for Social Sciences*) for windows version 18.0.

## Hasil

Berdasarkan analisis statistik pada 220 responden; 42,3% responden memberikan alasan mengapa kegagalan menyakitkan dari faktor internal sebesar 77,7% dan faktor eksternal sebesar 19,5 %. Dari data ini menyatakan bahwa apabila kegagalan datang, individu lebih cenderung mencari kesalahan keluar diri. Sesuai dengan teori *Theory of Correspondent Inference* - Jones dan Davis, (dalam Baron, 2010), menyatakan bahwa kita dapat menggunakan informasi tentang perilaku seseorang sebagai dasar untuk menyimpulkan bahwa orang tersebut mempunyai sekumpulan *trait* tertentu. Di sini peneliti menyimpulkan bahwa *trait* yang dimiliki subyek adalah atribusi internal.

Atribusi adalah sebuah teori yang membahas tentang upaya-upaya yang dilakukan untuk memahami penyebab-penyebab perilaku kita dan orang lain. Definisi formalnya, atribusi berarti upaya untuk memahami penyebab di balik perilaku orang lain, dan dalam beberapa kasus juga penyebab di balik perilaku kita sendiri.

Sementara menurut Weiner, 1980, 1992 (dalam Robert A. Baron, 2003 ) *attribution theory is probably the most influential contemporary theory with implications for academic motivation*. Artinya Atribusi adalah teori kontemporer yang paling berpengaruh dengan implikasi untuk motivasi akademik. Hal ini dapat diartikan bahwa teori ini mencakup modifikasi perilaku dalam arti bahwa ia menekankan gagasan bahwa peserta didik sangat termotivasi dengan hasil yang menyenangkan untuk dapat merasa baik tentang diri mereka sendiri.

Teori yang dikembangkan oleh Bernard Weiner (dalam Robert A. Baron, 2003) ini merupakan gabungan dari dua bidang minat utama dalam teori psikologi yakni motivasi dan penelitian atribusi. Teori yang diawali dengan motivasi, seperti halnya teori belajar dikembangkan terutama dari pandangan stimulus-respons yang cukup populer dari pertengahan 1930-an sampai 1950-an.

Sebenarnya istilah atribusi mengacu kepada penyebab suatu kejadian atau hasil menurut persepsi individu. Dan yang menjadi

pusat perhatian atau penekanan pada penelitian di bidang ini adalah cara-cara bagaimana orang memberikan penjelasan sebab-sebab kejadian dan implikasi dari penjelasan-penjelasan tersebut. Dengan kata lain, teori itu berfokus pada bagaimana orang bisa sampai memperoleh jawaban atas pertanyaan “mengapa”? (Kelly 1973)

Ini juga dapat diartikan bahwa kegagalan yang diraih lebih banyak bukan

karena diri sendiri. Tidak banyak individu yang mencoba intropeksi diri (internal) terhadap kegagalan tersebut. Kenyataan ini memperkuat dugaan bahwa pada umumnya seseorang lebih menyalahkan yang berada diluar dirinya (eksternal) apabila mendapatkan kegagalan dan memenangkan diri apabila mendapatkan keberhasilan. Hal ini dapat dilihat di tabel 1.

**Tabel 1:** sumber mengapa kegagalan menyakitkan

| Sumber    | Frekuensi | Persentase |
|-----------|-----------|------------|
| Eksternal | 171       | 77.7       |
| Internal  | 43        | 19.5       |
| Blank     | 6         | 2.7        |
| Total     | 220       | 100.0      |

Mengapa kegagalan menyakitkan dapat dilihat dari faktor eksternal dan faktor internal. Yang termasuk pada faktor eksternal adalah harapan 35,7%, orang tua 23,4%, usaha, 13,5%, 11,1%, cita-cita 7,0%, tidak adil 6,4% dan kegagalan pertama 2,9%. Dari data ini dapat dilihat bahwa harapan yang tinggi akan keberhasilan menjadi sebab dari faktor eksternal kegagalan yang didapat menjadi menyakitkan.

Sedangkan dari faktor internal, didapatkan hasil yaitu emosi sebesar 27,9%,

personal sebesar 23,3%, kontrol diri sebesar 14,0%, motivasi sebesar 14,0%, efikasi diri sebesar 11,6% dan ketidakmampuan diri sebesar 9,3%. Dari data ini juga dapat dilihat tinggi rendahnya emosi yang ada pada saat meraih prestasi menentukan tinggi rendahnya rasa sakit yang dirasakan apabila mendapatkan kegagalan. Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini.

**Tabel 2:** mengapa kegagalan menyakitkan

| Sumber    | Kategori            | Frekuensi | Persentase |
|-----------|---------------------|-----------|------------|
| Eksternal | Harapan             | 61        | 35.7       |
|           | Orang Tua           | 40        | 23.4       |
|           | Usaha               | 23        | 13.5       |
|           | Sosial              | 19        | 11.1       |
|           | Cita-cita           | 12        | 7.0        |
|           | Tidak adil          | 11        | 6.4        |
|           | Kegagalan pertama   | 5         | 2.9        |
|           | Total               | 171       | 100        |
| Internal  | Emosi               | 12        | 27.9       |
|           | Personal            | 10        | 23.3       |
|           | Kontrol Diri        | 6         | 14.0       |
|           | Motivasi            | 6         | 14.0       |
|           | Efikasi Diri        | 5         | 11.6       |
|           | Ketidakmampuan diri | 4         | 9.3        |
|           | Total               | 43        | 100        |
| Blank     | Blank               | 6         | 100.0      |

## Pembahasan

Dari beberapa literatur yang ada bahwa, setiap individu sulit untuk menerima kegagalan yang diterima. Kesulitan tersebut berhubungan pandangan dan penilaian terhadap kegagalan (teori atribusi) dan berhubungan dengan harga diri (teori *self esteem*) sipenerima kegagalan tersebut (Levy, S. R. 1999, Levy, S. R., & Dweck, C. S., 1999).

Dalam teori Atribusi, dinyatakan bahwa pemikiran teori ini diawali dengan adanya gagasan mengenai semua individu yang mencoba untuk memahami perilaku mereka sendiri dan orang lain, melalui metode pengamatan perilaku individu. Seorang seharusnya dapat berpikir secara logis, bahwa mengapa ia dapat berperilaku demikian. Terkadang seorang ingin pula menjelaskan mengapa orang lain juga melakukan hal yang serupa. Berpikir, melakukan lalu menjelaskan secara logis adalah sebuah rangkaian proses yang melingkupi teori atribusi. Fritz Heider, (dalam Baron, 2003) seorang psikolog senior asal Jerman merupakan yang pertama kali mempelopori teori atribusi. Heider merumuskan beberapa hal yang terkait dengan teori ini, diantaranya penyebab situasional (dipengaruhi lingkungan), pengaruh pribadi (memengaruhi secara pribadi), kemampuan (dapat melakukan sesuatu), usaha (mencoba melakukan sesuatu), hasrat (keinginan untuk melakukannya), perasaan (merasa menyukainya), keterlibatan (setuju dengan sesuatu), kewajiban (merasa harus), dan perizinan (telah diizinkan).

Teori Atribusi yang berkembang pada tahun 1960-an dan 1970-an memandang individu sebagai psikologi amatir yang mencoba memahami sebab-sebab yang terjadi pada berbagai peristiwa yang dihadapinya. Ia mencoba menemukan apa yang menyebabkan apa, atau apa yang mendorong siapa melakukan apa. Respon yang kita berikan pada suatu peristiwa bergantung pada interpretasi kita tentang peristiwa itu. Teori atribusi yang dikemukakan oleh Harold Kelley (dalam Robert A. Baron, 2003) menyatakan bahwa kita menyimpulkan kausalitas internal maupun eksternal dengan memperhatikan tiga hal, yaitu :

1. Konsensus : apakah orang lain bertindak sama seperti penanggap

2. Konsistensi : apakah penanggap bertindak yang sama pada situasi yang lain

3. Kekhasan : apakah orang itu bertindak yang sama pada situasi lain atau pada saat itu saja.

Menurut Teori Kelley ini, apabila ketiga hal itu tinggi, maka seseorang akan melakukan atribusi kausalitas eksternal.

Dalam sebuah kejadian yang terjadi, maka akan timbul berbagai asumsi terhadap kejadian tersebut. Berbagai asumsi tersebut tentunya tidak akan mungkin dihubungkan secara rinci dengan kejadian yang terjadi. Seorang yang menyaksikan sebuah kejadian yang terjadi, secara psikologis akan lebih dominan membuahkan asumsi yang didapatkan selama ini dalam hubungannya dengan kejadian yang terjadi. Littlejohn, (2009) juga mengungkapkan bahwa persepsi individu terhadap sebuah kejadian akan menimbulkan gaya tersendiri dalam membuahkan sebuah asumsi yang dikenal dengan istilah *perceptual styles* Heider menyadari bahwa setiap individu dalam sebuah situasi apapun akan menimbulkan berbagai interpretasi sesuai pengalaman masing-masing individu yang terlihat nyata baginya. Jauh-dekat hubungan antar komunikator-komunikasi dalam sebuah kejadian akan menghasilkan sebuah asumsi yang berbeda terhadap kejadian tersebut diantara komunikator-komunikasi. Dalam kasus kegagalan yang menyakitkan, individu lebih melihat bahwa apa yang telah dilakukan terasa sudah maksimal, namun tetap saja gagal dalam meraih sukses. Disini individu mengatribusikan bahwa usaha yang maksimal tidak dapat disalahkan namun apa yang ada diluar individu menjadi penyebab dan itu menimbulkan rasa sakit pada individu

Menurut Michael Armstrong (2009), berpendapat bahwa, “dalam kehidupan sehari-hari kita membentuk ide tentang orang lain dan tentang situasi sosial. Kita menginterpretasikan perilaku orang lain dan memprediksikan apa yang akan mereka lakukan apabila menghadapi sebuah situasi tertentu”

Penyebab seseorang memberikan atribusi kepada perilaku dapat dibedakan antara kekuatan seseorang untuk mencapai sesuatu dan efek dari pengaruh lingkungan. Kelley (Meyers, 2011) mendeskripsikan 4 kriteria yang kita gunakan untuk memutuskan



apakah perilaku tersebut dapat diberikan atribut kepada seseorang bukan berasal dari penyebab eksternal (situasional):

1. Distinctiveness-perilaku dapat dibedakan dari perilaku orang lain saat menghadapi situasi yang sama.
2. Consensus-jika orang lain setuju bahwa perilaku diatur oleh beberapa karakteristik personal.
3. Consistency over time-apakah perilaku diulang.
3. Consistency over modality (cara dimana perilaku itu dilakukan)-apakah perilaku diulang pada situasi yang berbeda.

Itulah beberapa cara dimana kita merasa dan membuat keputusan tentang seseorang dan kejadian yang dialami, misalnya bagaimana seseorang di lingkungan kerja. Teori atribusi juga menekankan pada cara dimana seseorang berhasil melakukan atribusi atau gagal terhadap dirinya sendiri. Penelitian yang dilakukan oleh Weiner (2000) dan yang lain telah mengindikasikan bahwa ketika seseorang dengan kebutuhan akan achievement yang tinggi telah sukses, mereka menganggap bahwa keberhasilan ini berasal dari faktor internal yaitu usaha dan kemampuan.

Orang dengan *need of achievement* yang tinggi akan cenderung menganggap kegagalan sebagai tindakan yang kurang usaha bukan karena tidak mampu. Sedangkan orang dengan *need of achievement* rendah akan menganggap kegagalan sebagai ketidak mampuan bukan karena kurang usaha (Higgins, E. 2006).

Selanjutnya dalam teori *Self Esteem*, dapat diartikan evaluasi diri yang dibuat oleh setiap individu; sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi positif dan negative (Baron, 2010). Menurut Fishbein dan Azjen 1975 (dalam Baron, 2010) sikap dapat diartikan sebagai organisasi yang relatif menetap dari perasaan-perasaan, keyakinan dan kecenderungan perilaku terhadap orang lain (evaluasi terhadap berbagai aspek dalam dunia sosial). Sikap diartikan juga evaluasi terhadap obyek, isu atau orang. Sikap didasarkan pada informasi afektif, behavioral dan kognitif atau yang dikenal dengan singkatan ABC. Afektif terdiri dari komponen emosi dan perasaan seseorang terhadap stimulus, biasanya evaluasi positif atau negative. Behavioral

terdiri dari komponen cara orang bertindak dalam merespon stimulus. Sedangkan kognitif terdiri dari komponen pemikiran seseorang tentang obyek tertentu seperti fakta, pengetahuan dan keyakinan (Sheley E. Taylor, 2009).

Bagaimana sikap terhadap diri sendiri pada kegagalan tersebut dapat terbentuk. Dalam teori sikap ada empat pendekatan yang dapat kita jadikan rujukan (Baron, 2003).

1. Pendekatan belajar  
Pada pendekatan ini, sikap dianggap sebagai kebiasaan, sesuatu yang dipelajari. Dalam penelitian ini rasa sakit dan tidak terhadap kegagalan adalah bagaimana individu hidup dengan suatu usaha yang dilakukan. Apabila individu dapat mempelajari suatu yang dilakukan dengan pola membiasakan bahwa sesuatu yang ingin diraih ada gagal dan berhasil.
2. Pendekatan motivasional.  
Pendekatan ini menjelaskan prinsip konsistensi kognitif yang menyatakan bahwa seseorang mencari konsistensi antara sikap-sikap dan antara sikap dan perilaku. Dalam hal ini, rasa sakit yang dirasakan individu dapat dijelaskan bahwa apakah seseorang dapat konsistensi dalam kognitifnya untuk bertahan dan berhenti untuk melakukan sesuatu.
3. Pendekatan ekspektasi diri.  
Pendekatan ini menyatakan bahwa seseorang mengadopsi yang bisa memaksimalkan pencapaian tujuan. Ekspektasi nilai akan mengambil sikap yang lebih menguntungkan diri. Dalam penelitian ini, ekspektasi nampak pada penilaian terhadap kegagalan. Individu lebih menyatakan bahwa kegagalan yang diterima bukan semata karena diri sendiri tapi lebih banyak dari luar diri.

Selanjutnya Sedikides 1993 (dalam Baron, 2010) menyatakan ada tiga kemungkinan motif dalam evaluasi diri, yaitu :

1. *Self assessment* yaitu untuk memperoleh pengetahuan yang akurat tentang dirinya sendiri.
2. *Self enhancement* yaitu untuk mendapatkan informasi positif tentang diri sendiri.
3. *Self verification* yaitu untuk mengkonfirmasi sesuatu yang sudah mereka ketahui tentang diri sendiri.

Diantara tiga kemungkinan diatas, motif mana yang paling sering aktif akan tergantung dari budaya dan kepribadian seseorang serta situasi yang dihadapinya (Bosson & Swann, 1999. Rudich & Valacher, 1999. Taylor, Netter & Wayment, 1995 dalam Baumeister, 1999). Tingkah laku individu dengan *self esteem* yang relative rendah lebih mudah diprediksikan daripada individu dengan *self esteem* yang tinggi. Hal ini terjadi karena skema diri yang negative diorganisasi lebih ketat daripada skema diri yang positif. Contoh untuk hal ini adalah jika kita memandang diri negatif, kita dapat dengan mudah menjelaskan kegagalan atau penolakan dalam hubungannya dengan kelemahan kita.

*Self esteem* seringkali diukur sebagai sebuah peringkat dalam dimensi yang berkisar dari negatif sampai positif, baik atau buruk atau rendah atau tinggi. Semakin perbedaan antara self dengan idelanya, semakin rendah *self esteem*. Dalam hal ini sumber ini, sumber informasi utama yang relevan dengan evaluasi diri adalah orang lain (social comparison). Dua individu yang tindakannya sama persis dapat memiliki evaluasi diri yang sangat berbeda karena mereka membandingkan diri dengan kelompok yang cukup berbeda (Browne, 2000. Waymen & Taylor, 2001). Dalam hal kegagalan mendapatkan sesuatu bisa berbeda antara satu individu dengan individu yang lain. Perbedaan sumber dapat menyebabkan menyakitkan.

Situasi menyakitkan berhubungan dengan suasana hati. Beberapa orang mengingat aspek positif dan negatif pengalamannya secara terpisah dalam memori (*compartmentalized self organization*). Ketika hal itu dilakukan suasana hati seseorang dapat dikontrol dengan memutuskan apakah akan menfokuskan diri pada elemen negatif atau positif (Marquis & Filiatrault, 2000). Tidak hanya fokus diri mempengaruhi suasana hati, tetapi suasana hati juga mempengaruhi arah focus diri. Ketika kita sedih karena gagal kita cenderung memfokuskan diri pada aspek negatif.

Individu juga berbeda dalam mengendalikan suasana hati. Seseorang yang memiliki karakter sukses untuk mengendalikan suasana hatinya tampil lebih baik dalam mengingat memori positif dan membalikkan suasana hati negatif, daripada individu yang memiliki kemampuan yang

rendah dalam mengendalikan suasana hatinya (Rusting & De Hardt, 2000). Beberapa orang menyimpan aspek positif dan negatif dalam memori. Pola ini disebut evaluasi terhadap organisasi diri terintegrasi (*evaluatively integrated self organization*). Hasilnya adalah individu tidak hanya mengaktifkan elemen negatif tapi juga elemen positif (Shower, 1999).

## Penutup

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa kegagalan yang diterima seseorang bukanlah suatu yang mengenakan atau bernilai positif. Positif atau negatif pandangan individu terhadap kegagalan dapat dilihat dari atribusi diri apakah eksternal atau internal terhadap kegagalan yang diterima tersebut. Apabila harapan dengan kenyataan tidak sama maka efek yang ditimbulkan akan sakit. Selanjutnya Hasil penelitian ini menunjukkan, mengapa kegagalan menyakitkan? Lebih banyak pada faktor afektif dan kognitif. Faktor afektif yang didapatkan yaitu harapan, cita-cita pada aspek eksternal. Pada aspek internal pada faktor afektif adalah emosi, personal, motivasi dan efikasi diri. Pada faktor kognitif yang eksternal adalah social dan ketidakadilan. Faktor kognitif yang internal adalah ketidakmampuan diri, kontrol diri dan ketidakmampuan diri.

## Daftar Pustaka

- Baumeister, 1999, *The Self in Social Psychology*, Philadelphia Psychology Press
- Browne, 2000. Waymen & Taylor, 2001, *Self Theory : Their role in motivation, personality, and development*, Philadelphia Psychology Press
- Friedman H.S. & Schustack M.W. 2006, Psikologi Kepribadian (teori Klasik dan Riset Modern) jilid 2, Jakarta: Erlangga (terjemahan)
- David G. Meyers, 2011, *Social Psychology*, 10 edition, Mc-Graw-Hill
- Higgins, E. T., Friedman, R. S., Harlow, R.E., Idson, L.C., Ayduk, O.N., & Taylor, A. 2001. Achievement orientations from subjective histories of success: promotion pride versus prevention pride. *European Journal of Social*

- Psychology Eur. J. Soc. Psychol.* 31, 3±23. Columbia University: USA
- Kim, U., & Park, Y.S. 2006. The scientific foundation of indigenous and cultural psychology: The transactional approach. In U. Kim, K. S. Yang, & K. K. Hwang (Eds.), *Indigenous and cultural psychology, understanding people in context* (pp. 27-48). New York:Springer. [http://dx.doi.org/10.1007/0-387-28662-4\\_2](http://dx.doi.org/10.1007/0-387-28662-4_2)
- Littlejohn, 2009, *Applied Social Psychology*, McGrawwHill
- David G Myers, 2011, *Psikologi Sosial*, edisi 10 buku 1 dan 2, penerbit Salemba Humanika
- Michael Armstrong, 2009, *Handbook of Human Resource Management Practice*
- Robert A. Baron, 2003. *Psikologi Sosial*, edisi kesepuluh (jilid 2), Penerbit Erlangga
- Rusting & De Hardt, 2000, self esteem : integrated self organization, Journal : Social psychology,*
- Sarlito W.S. dkk, 2009, *Psikologi Sosial*, Penerbit Salemba Humanika
- Shelley E. Taylor dkk, 2009, *Psikologi Sosial*, edisi keduabelas, Penerbit Kencana Prenada media Group.
- Shower, 1999, compartmentalized self organization, Social psychology review.* 5, 15-26
- Weiner, B. 2000. Intrapersonal and inter personal theories of motivation from an attributional perspective. *Educational psychology review.* 12 (1), 1-14.
- Levy, S. R. (1999). Reducing prejudice: Lessons from social-cognitive factors underlying perceiver differences in prejudice. *Journal of Social Issues*, 55, 745–766.
- Levy, S. R., & Dweck, C. S. (1999). The impact of children's static versus dynamic conceptions of people on stereotype formation. *Child Development*, 70, 1163–1180.